



Petersilienwurzelsuppe mit Haselnusspesto

Zutaten

- 80 g Haselnusskerne, gehobelt
- 500 g Petersilienwurzeln
- 200 g Kartoffel, mehligkochend
- 50 g Zwiebeln
- 4 EL THOMY Reines Rapsöl
- 750 ml Wasser
- 4 TL MAGGI Gemüse Brühe
- 50 ml Schlagsahne
- 0,5 Bund Petersilie, glatt
- etwas Meersalz
- etwas schwarzer Pfeffer a.d. Mühle
- etwas Muskatnuss, gerieben

Zubereitung

1. Hälfte der Haselnusskerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.
2. Petersilienwurzeln putzen, waschen, schälen, und in Würfel schneiden. Kartoffeln waschen, schälen und in Würfel schneiden. Zwiebel schälen und in Würfel schneiden.
3. In einem Topf 2 EL THOMY Reines Rapsöl heiß werden lassen. Zwiebel darin andünsten. Gemüse zugeben und mit dünsten. Wasser zugießen und zum Kochen bringen. Maggi Gemüse Brühe zufügen und bei mittlerer Wärmezufuhr zugedeckt ca. 20 Min. köcheln lassen. Mit dem Stabmixer pürieren.
4. Sahne zugießen und heiß werden lassen. Mit Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.
5. Für das Haselnusspesto: Zweite Hälfte der Haselnusskerne mit Petersilie, 2 EL THOMY Reines Rapsöl und Meersalz im Mixer pürieren.
6. Die Petersilienwurzelsuppe auf Teller verteilen und mit dem Haselnusspesto und den gerösteten Haselnusskernen garniert servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	20 g
Energie	367 kcal
Fett	28 g
Protein	9 g

🕒 49 Minuten

⊕ 4 Portionen